SUISSE

<u>Commandes</u> du mercredi 03/01 au dimanche 07/01/24

<u>Livraison</u> le mercredi 10/01

Bonne année 2024 !

La nouvelle année est une période propice aux résolutions. Pour tenir sans retomber dans ses petites habitudes, un bon moyen consiste à se fixer des objectifs facilement réalisables pour une période courte et déterminée : la réussite est en effet la meilleure des motivations et donne envie de renouveler l'expérience. De proche en proche, avec de la persévérance, les résolutions finissent par devenir des habitudes, un trait de votre mode de vie.

Voici quelquesidées pour votre santé en 2024 :

- réserver une place plus importante aux légumes ;
- varier votre choix d'aliments en incorporant régulièrement des nouveautés ou des aliments oubliés ;
- consommer régulièrement des graines trempées ou germées ;
- écarter les fruits traités et les produits secs chauffés de votre plage alimentaire.

Autant de résolutions qui contribueront à renforcer votre système immunitaire, vous aidant ainsi à mieux faire face aux attaques de l'hiver. Tenir les bonnes résolutions concernant l'alimentation profite d'ailleurs aussi largement aux enfants car l'étendue et la qualité de leur palette alimentaire se retrouvera dans leurs habitudes à l'âge adulte, puis dans celles de leurs enfants… Alors commençons dès maintenant à leur apprendre à aimer manger sain et varié !

Cadeau-surprise
offert dans toutes les
commandes de
150 CHF*
et plus
*hors frais de port

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours de 18 à 20 heures - sauf le mardi)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

En promotion cette semaine:

AVOCAT FUERTE
D'ESPAGNE

~~15,60 CHF/kg~~

Chair beurrée à souhait, au goût riche pleinement satisfaisant.

- 26%
à partir de 6 kg: 11,50 CHF/kg

- 11%
à partir de 3 kg: 13,85 CHF/kg

GRENADILLE
DU PÉROU

Sa pulpe est croustillante, douce et parfumée.

~~23,35 CHF/kg~~

- 31,5%
à partir de 3 kg : 15,95 CHF/kg

- 15%
à partir de 1,5 kg : 19,80 CHF/kg

Fruit de la saison

15,50 CHF/kg

PAPAYE D'ESPAGNE

Cette papaye possède une chair rouge au goût riche dont toute l'intensité se révèle lorsqu'elle est bien molle. Saviez-vous que la papaye contient des enzymes qui aident la digestion, en particulier celle des protéines ?

11,05 CHF/kg

Kaki Rojo Brillante

À consommer quand il est bien mou.

13,90 CHF/kg

Banane Canaries

Une chair riche au goût prononcé.

Fruits du pays

	Pays		Prix unit.
Chirimoya	Esp	P	16,00/kg
Figue de Barbarie	Esp	P	17,95/kg
Grenade	Esp	P	14,10/kg
Kaki Rojo Brillante	Esp	P	11,05/kg
Melon Piel de Sapo	Esp	P	12,40/kg

17,95 CHF/kg

Figue de Barbarie

Ce fruit du cactus a une chair désaltérante au goût fleuri.

14,10 CHF/kg

Grenade

De petits grains gorgés de jus au bon goût de grenadine.

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Esp	S	15,30/kg
Betterave rge ronde	Fra	S	12,10/kg
Carotte	Fra	S	11,80/kg
Concombre long lisse	Esp	S	11,65/kg
Curcuma	Per	S	16,75/kg
Fenouil	Ita	S	12,25/kg
Gingembre	Per	S	15,55/kg
Patate douce rose	Esp	P	10,90/kg
Pomme de terre	Fra	S	10,35/kg
Topinambour	Fra	S	10,85/kg

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou-rave vert	Fra	S	4,55/p.

Algues fraîches

	Pays		Prix unit.
A.fr.Ramallo bq 250g	Esp	P	10,85/p.

Baisses

Papaye Espagne	~~16,80/kg~~	15,50/kg	-7,7%
Banane Canaries	~~14,20/kg~~	13,90/kg	-2,1%

10,35 CHF/kg

Pomme de terre

Une bonne source de potassium.

12,65 CHF/kg

Kiwano

Drôle de légume de la famille du concombre.

23,70 CHF/kg

Mangue Ataulfo

Laissez-vous séduire par sa délicieuse saveur abricotée.

21,85 CHF/kg

Fruit du cobra Pondoh

Saveur rappelant la pomme ou la fraise.

15,85 CHF/kg

Avocat Bacon

Nos avocats sont récoltés tardivement, d'où leur saveur très développée.

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	16,90/kg	16,06/kg dès 6kg
Avocat Bacon	Esp	P	15,85/kg	15,06/kg dès 4kg
Avocat Cocktail	Esp	P	19,00/kg	18,05/kg dès 4kg
Avocat Fuerte	Esp	P	15,60/kg	14,82/kg dès 4kg
Avocat Hass mini	Esp	P	17,45/kg	16,58/kg dès 4kg
Avocat Lula	Cam	P	20,10/kg	19,10/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	P	13,90/kg	13,21/kg dès 5kg
Banane Figue	Cam	P	17,15/kg	16,29/kg dès 4kg
Banane Figue-Pomme	Cam	P	17,15/kg	16,29/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	16,95/kg	16,10/kg dès 4kg
Banane Rose	Cam	P	17,30/kg	16,44/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	18,30/kg	17,39/kg dès 2kg
Chirimoya	Esp	P	16,00/kg	15,20/kg dès 4kg
Coco germé	Ind	P	24,75/kg	23,51/kg dès 3kg
Coco Kopyor	Ind	P	27,50/kg	26,13/kg dès 2kg
Coco Pagode Light	Tha	P	23,55/kg	22,37/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	16,45/kg	15,63/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	21,90/kg	20,81/kg dès 1kg
Durian M-Thong 500g	Tha	P	50,50/p.	47,98/p. dès 4p.
Figue Barbarie rouge	Per	P	22,55/kg	21,42/kg dès 3kg
Fruit de la passion	Col	S	28,70/kg	27,27/kg dès 3kg
Fruit du dragon rge	Esp	P	23,30/kg	22,14/kg dès 3kg
Goyave	Esp	P	15,65/kg	14,87/kg dès 2kg
Grenadille	Per	P	23,35/kg	22,18/kg dès 3kg
Mangue Ataulfo	Per	P	23,70/kg	22,52/kg dès 4kg
Mangue Edward	Per	P	24,05/kg	22,85/kg dès 4kg
Mangue Kent	Per	P	24,25/kg	23,04/kg dès 4kg
Maracuja	Per	P	23,70/kg	22,52/kg dès 3kg
Maracuja violet	Esp	P	23,15/kg	21,99/kg dès 3kg
Papaye Espagne	Esp	P	15,50/kg	14,73/kg dès 4kg
Safou	Cam	P	25,55/kg	24,27/kg dès 3kg
Sapotille	Ind	P	25,85/kg	24,56/kg dès 3kg
Sève de Palmier450ml	Tha	P	14,00/p.	13,30/p. dès 4p.

Plantes digestives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	5,15/p.	4,89/p. dès 12p.
Casse Fistu.déc 220g	Ind	P	12,85/p.	12,21/p. dès 10p.
Casse Fistula bâton	Ind	P	25,10/kg	23,85/kg dès 3kg
Casse Javan.déc.220g	Ind	P	12,95/p.	12,30/p. dès 10p.
Tamarin acidulé	Per	P	24,55/kg	23,32/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	28,70/kg	27,27/kg dès 3kg

28,70 CHF/kg

Fruit de la Passion

Saveur de cocktail exotique, bourré de vitamines !

17,30 CHF/kg

Banane Rose

La banane exotique par excellence !

17,45 CHF/kg

Avocat Hass mini

Un petit avocat à la chair beurrée.

Informations générales sur ce catalogue

Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande).Les prix sont indiqués en CHF, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

Intensité exotique !

23,70 CHF/kg

Maracuja

Délicieusement acidulé.

24,05 CHF/kg

Mangue Edward

Parfum envoûtant, chair non fibreuse, succès garanti !

16,00 CHF/kg

Chirimoya

De superbes spécimens à la chair blanche comme neige...

16,90 CHF/kg

Ananas Cayenne

Cueilli à pleine maturité pour une chair pleine de saveur !

17,15 CHF/kg

Bananes Figue et Figue-Pomme

Deux petites bananes parfumées comme un dessert de chef !

15,65 CHF/kg

Goyave

Ce fruit se consomme entier, une fois qu’il est un peu mou, signe de maturité.

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande coque friable	Ira	P	33,05/kg	31,40/kg dès 3kg
Amande Ferraduel	Esp	P	13,85/kg	13,16/kg dès 5kg
Amande Ferragnès	Esp	P	13,90/kg	13,21/kg dès 5kg
Amande Marcona	Esp	P	13,85/kg	13,16/kg dès 5kg
Arachide en coque	Per	P	27,45/kg	26,08/kg dès 5kg
Arachide sèche coque	Ira	P	23,10/kg	21,95/kg dès 5kg
Macadamia coque	Mex	P	21,90/kg	20,81/kg dès 5kg
Noisette en coque	Cat	P	18,50/kg	17,58/kg dès 5kg
Noix en coque	Fra	P	16,40/kg	15,58/kg dès 5kg
Pécan en coque	Esp	P	26,20/kg	24,89/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	30,60/kg	29,07/kg dès 5kg
Testset oléagineux	Fra	P	27,95/p.	

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Am. déc. Tuono 500g	Ita	P	16,75/p.	15,91/p.	dès 4p.
Amandon décort 500g	Ira	P	16,00/p.	15,20/p.	dès 4p.
Arach.déc.violet 1kg	Per	P	32,40/p.	30,78/p.	dès 3p.
Arachide déc. 500g	Ira	P	13,45/p.	12,78/p.	dès 6p.
Cajou avec peau 500g	Ind	P	24,30/p.	23,09/p.	dès 4p.
Cajou mondée 500g	Ind	P	25,10/p.	23,85/p.	dès 4p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	8,95/p.	8,50/p.	dès 6p.
Kénari décort 250g	Ind	P	14,30/p.	13,59/p.	dès 8p.
N.Brésil décort.250g	Per	P	11,90/p.	11,31/p.	dès 8p.
Noisette décort 1kg	Cat	P	30,50/p.	28,98/p.	dès 2p.
Noisette décort 500g	Cat	P	15,25/p.	14,49/p.	dès 4p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	16,75/p.	15,91/p.	dès 4p.
Pignon de pin 250g	Esp	P	18,95/p.	18,00/p.	dès 4p.
Pistache décort 500g	Esp	P	29,60/p.	28,12/p.	dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Bul	S	8,00/p.	7,60/p.	dès 6p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Dulse sèche 100g	Fra	P	11,30/p.	10,74/p.	dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	12,60/p.	11,97/p.	dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	14,00/p.	13,30/p.	dès 10p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	19,45/p.	18,48/p.	dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	23,70/p.	22,52/p.	dès 6p.

Amande Ferraduel en coque

13,85 CHF/kg

Coque ronde et mi-dure, grande qualité gustative !

Graines

	Pays		Prix unit.
Gr. de Chanvre 250g	Fra	P	6,30/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	10,30/p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	8,95/p.
Lentille verte 500g	Fra	P	7,95/p.
Lin brun 250g	Pol	P	8,50/p.
Pois chiche 500g	Esp	P	6,45/p.
Quinoa 500g	Per	P	9,25/p.
Riz rond 500g	Ita	P	6,70/p.
Sésame 500g	Eth	P	8,70/p.
Sésame brun 500g	Ira	P	11,70/p.
Tournesol déc. 500g	Bul	S	8,00/p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	44,75/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	89,45/p.
Pack Tropical 4kg	Fra	P	55,65/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	116,20/p.
Testset dattes	Fra	P	29,45/p.
Testset fruits secs	Fra	P	27,95/p.
Testset oléagineux	Fra	P	27,95/p.

La propolis brute, un atout pour l'hiver !

La propolis est une résine végétale que recueillent les abeilles sur certaines plantes. Elle leur sert de mortier mais également d'agent anti-infectieux pour protéger la ruche des maladies. L'usage médicinal de la propolis remonte à des millénaires. Orkos choisit bien sûr de vous la proposer sous sa forme naturelle. On la mastique – en petite quantité – pour bénéficier de ses propriétés antibiotiques.

36,25 CHF/kg

Medjool Marasquin cristallisée

Goûteuse avec ses nombreux cristaux, relevée d'une petite note de Marasquin !

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Abricot dénoy. 250g	Tur	P	8,95/p.	8,50/p. dès 8p.
Ananas séché 250g	Cam	P	11,60/p.	11,02/p. dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	15,65/p.	14,87/p. dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	9,75/p.	9,26/p. dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	8,95/p.	8,50/p. dès 8p.
Cacao entier 200g	Cam	P	9,05/p.	8,60/p. dès 8p.
Cacao fermenté 250g	Ind	P	10,85/p.	10,31/p. dès 4p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	8,65/p.	8,22/p. dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	5,15/p.	4,89/p. dès 12p.
Coco jeune séch.100g	Tha	P	7,00/p.	6,65/p. dès 10p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	10,65/p.	10,12/p. dès 10p.
Figue de miel ½kg	Esp	P	10,70/p.	10,17/p. dès 10p.
Figue persane 500g	Ira	P	15,60/p.	14,82/p. dès 10p.
Fr.Dragon rouge 100g	Tha	P	6,90/p.	6,56/p. dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	6,05/p.	5,75/p. dès 4p.
Jujube sèche 225g	Esp	P	12,90/p.	12,26/p. dès 5p.
Kaki sec 200g	Esp	P	14,85/p.	14,11/p. dès 6p.
Longane sec 100g	Tha	P	6,45/p.	6,13/p. dès 6p.
Longane sec 500g	Tha	P	32,25/p.	30,64/p. dès 2p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	13,00/p.	12,35/p. dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	11,10/p.	10,55/p. dès 10p.
Papaye séchée 250g	Esp	P	13,35/p.	12,68/p. dès 4p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	11,50/p.	10,93/p. dès 4p.
Pêche séchée 250g	Ira	P	8,00/p.	7,60/p. dès 8p.
Raisin brun 500g	Ira	P	13,00/p.	12,35/p. dès 4p.
Raisin Moscatel 500g	Esp	P	12,65/p.	12,02/p. dès 4p.
Raisin n. Shani 500g	Ira	P	15,10/p.	14,35/p. dès 4p.
Ramboutan sec 100g	Tha	P	6,75/p.	6,41/p. dès 6p.
Safou séché 100g	Cam	P	6,65/p.	6,32/p. dès 5p.
Tamarin acidulé	Per	P	24,55/kg	23,32/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	28,70/kg	27,27/kg dès 3kg
Testset fruits secs	Fra	P	27,95/p.	
Tomate séchée 250g	Esp	P	13,10/p.	12,45/p. dès 4p.

13,10 CHF/250g

Tomate séchée

Du concentré de tomate à laisser fondre en bouche…

8,95 CHF/250g

Abricot séché

Sa chair à la fois dense et tendre est un vrai délice.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	14,30/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	28,55/p.

Produits de la ruche

	Pays		Prix unit.
Gelée royale 25g	Esp	P	19,65/p.
Propolis brute 15g	Esp	P	11,10/p.

Autres

	Pays	Prix unit.
Casse-noix cube	Fra	23,65/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Arg. v.concassée 1kg	Fra	P	13,70/p.
Argile v.Illite 300g	Fra	P	7,25/p.
Ghassoul 1kg	Mar		16,85/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		8,95/p.
Tube arg.Illite 150g	Fra		5,25/p.
Tube arg.Illite 400g	Fra		13,10/p.

6,90 CHF/100g

Fruit du dragon rouge séché

Tendre et croustillant à la fois…

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amandier	Esp	P	13,50/p.	12,83/p. dès 6p.
Bruyère	Esp	P	13,55/p.	12,87/p. dès 6p.
Châtaignier	Esp	P	14,15/p.	13,44/p. dès 6p.
Chêne	Esp	P	13,80/p.	13,11/p. dès 6p.
Citronnier	Esp	P	13,45/p.	12,78/p. dès 6p.
Forêt	Esp	P	13,45/p.	12,78/p. dès 6p.
Lavande	Esp	P	13,45/p.	12,78/p. dès 6p.
Montagne	Esp	P	13,50/p.	12,83/p. dès 6p.
Néflier	Esp	P	13,55/p.	12,87/p. dès 6p.
Oranger	Esp	P	13,60/p.	12,92/p. dès 6p.
Romarin	Esp	P	14,20/p.	13,49/p. dès 6p.
Thym	Esp	P	14,20/p.	13,49/p. dès 6p.
Toutes fleurs	Esp	P	13,45/p.	12,78/p. dès 6p.

Pots de 500 g.

Dattes

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Bahri tendre	Ira	P	30,50/kg	30,50/kg dès 4kg
Barhi fraîche 750g	Ira	P	18,40/p.	17,48/p. dès 6p.
Barhi Iran 1kg	Ira	P	27,40/p.	26,03/p. dès 5p.
Deglet-N. bran. 1kg	Alg	P	22,85/p.	21,71/p. dès 5p.
Deglet-N. bran. 1kg	Tun	P	24,90/p.	24,90/p. dès 5p.
Halawi cristal. 1kg	Cal	P	33,30/kg	33,30/kg dès 5kg
Helali cristal.1kg	Ira	P	27,30/p.	27,30/p. dès 5p.
Helali tendre	Ira	P	30,60/kg	30,60/kg dès 5kg
Khasoui 1kg	Ira	P	29,30/p.	29,30/p. dès 5p.
Mabroom 1kg	Ara	P	27,00/p.	25,65/p. dès 5p.
Medjool cr.Marasquin	Cal	P	36,25/p.	34,44/p. dès 5p.
Medjool cristal. 1kg	Cal	P	36,50/p.	36,50/p. dès 5p.
Medjool Jumbo 1kg	Cal	P	37,90/p.	37,90/p. dès 5p.
Medjool rustique 1kg	Ira	P	29,20/p.	29,20/p. dès 5p.
Medjool tendre 1kg	Cal	P	36,50/p.	36,50/p. dès 5p.
Mozafati tdre crist.	Ira	P	26,20/kg	24,89/kg dès 5kg
Mozafati tendre 1kg	Ira	P	28,30/p.	28,30/p. dès 5p.
Piarom 1kg	Ira	P	31,90/kg	31,90/kg dès 5kg
Saffawi 1kg	Ara	P	28,65/p.	28,65/p. dès 5p.
Sayer 1kg	Ira	P	25,40/p.	25,40/p. dès 5p.
Segae 1kg	Ara	P	31,70/p.	31,70/p. dès 5p.
Shahani 1kg	Ira	P	22,80/p.	21,66/p. dès 5p.
Sukkari 1kg	Ara	P	27,65/p.	26,27/p. dès 5p.
Sukkari tendre 1kg	Ara	P	33,80/p.	33,80/p. dès 5p.
Testset dattes	Fra	P	29,45/p.	
Zahidi 1kg	Ira	P	26,90/p.	26,90/p. dès 5p.

25,55 CHF/kg

Safou

Certains le comparent à du fromage frais aux fines herbes…

16,95 CHF/kg

Banane Plantain

La plus grosse de nos bananes !

Thaïlande

23,55 CHF/kg

COCO PAGODE LIGHT

On ne se lasse jamais de sa chair tendre et concentrée, ni de son jus abondant à l'exquise saveur chocolatée.

24,25 CHF/kg

Mangue Kent

Très charnue, juteuse et abricotée… un délice !

18,30 CHF/kg

Cabosse de cacao

Nuances de chocolat noir…

16,45 CHF/kg

Noix de coco sèche

La noix de coco à maturité, le jus se concentre, la chair devient ferme et croquante.

COMMANDES	LIVRAISONS	STANDARD	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com	**Jours de livraison :** mercredi	**Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 00 *(pour nous atteindre en journée)*	**<u>PostFinance</u>**
Tél. : +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18 h et 20 h)*	Forfait « standard » : **16,95 CHF**		**IBAN** CH12 0900 0000 1000 6270 5
Fax : +33 (0)1 64 60 21 01	Forfait « Poste » : **18,25 CHF**		*À chaque versement au guichet postal, 4 CHF sont retenus sur le montant total du versement.*
	Forfait « garantie » : **26,25 CHF**		

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en CHF, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.
Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave et sésame.